
براعم الجوادين
مجلة شهرية تعنى بشؤون الطفل
تصدر عن قسم الشؤون الفكرية والإعلام
في العتبة الكاظمية المقدسة، العدد ٩٢ - ٩٣ السنة الثامنة
شهر محرم الحرام ١٤٤٠ - تشرين الأول ٢٠١٨

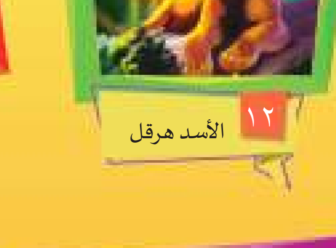



الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة/ قسم الشؤون الفكرية والإعلام
رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق ١٤٨٤ لسنة ٢٠١٠

راسلونا: www.aljawadain.org







٤ صولة الحسين
١٢ الأسد هرقل
٢١ الهدهد الذكي
٢٧ البطريف الوفي
٣٣ الشجرة المهجورة
٤٤ سوق الصفارين



افتتاحية البراعم

أصدقاءنا البراعم..

عندما كنا صغاراً ننتظر جدّنا بشوق ليحكي لنا قصصاً فيها عِبرة وموعظة.. وعندما يأتي موسم عاشوراء نلتف حوله كلّ ليلة لنستمع إليه والصمت يملأ المكان فلا نسمع إلا صوته، ننصت إلى نهضة الإمام الحسين وأهل بيته وأصحابه، يحدّثنا عن بطولاتهم وجهادهم وصبرهم وعطشهم ومظلوميتهم.. وشيئا فشيئاً يتصاعد صوت الأنين والبكاء حزناً على الإمام وما جرى عليه يوم الطف، وبعد انتهاء مجلسنا في كلّ ليلة يقف أمامنا ونقرأ معه:

(السَّلامُ عَلى الحُسَيْنِ وَعَلى عَلِيِّ بْنِ الحُسَيْنِ وَعَلى أَوْلادِ الحُسَيْنِ
وَعَلى أَصْحابِ الحُسَيْنِ الَّذِينَ بَذَلُوا مُهَجَهُمْ دُونَ الحُسَيْنِ عَلَيهِ السَّلامُ)

أصدقاءنا..

إن إمامنا الحسين عندما استشهد هوَ ومن معه أراد أن يوصل رسالة سامية لتبقى خالدة في ضمائرنا.. رسالة الإصلاح ومحاربة الباطل ونصرة الحق في كلّ مكان وزمان ، رسالة الإلتزام بالعبادات وسائر الأخلاق الحسنة، فلا نبكيه فقط.. بل نقتدي بسيرته وننتهج منهجه فهو مثلنا الأعلى وقدوتنا العظمى هو وآباؤه وأبناؤه المعصومين صلوات الله عليهم أجمعين.. فعلينا أن نكون عند حسن ظنّهم ليرضوا عنا وبذلك نكسب رضا الله تعالى، فقد قال الإمام الحسين عليه السلام: (رضى الله رضانا أهل البيت).



صولة الحسين عليه السلام



قال عبد الله بن قيس
كنت مع من غزا مع أمير
المؤمنين عليه السلام في صفين

وقد أخذ أبو أيوب السلمي الماء ومنعه عن الناس فشكى المؤمنون العطش، فأرسل الإمام فوارس على كشف أبو أيوب، فرجعوا خائبين، فضاق صدر الإمام عليه السلام..

فقال له ولده الحسين عليه السلام (أنا) أمضي إليه يا أبتاه، فقال له: امضِ يا ولدي



فمضى مع فوارس، فهزم أبا أيوب عن الماء، وبنى خيمته وحط فوارسه، وأتى إلى أبيه فأخبره فبكى علي عليه السلام، فقيل له: ما يبكيك يا أمير المؤمنين، وهذا أول فتح بوجه الحسين عليه السلام..

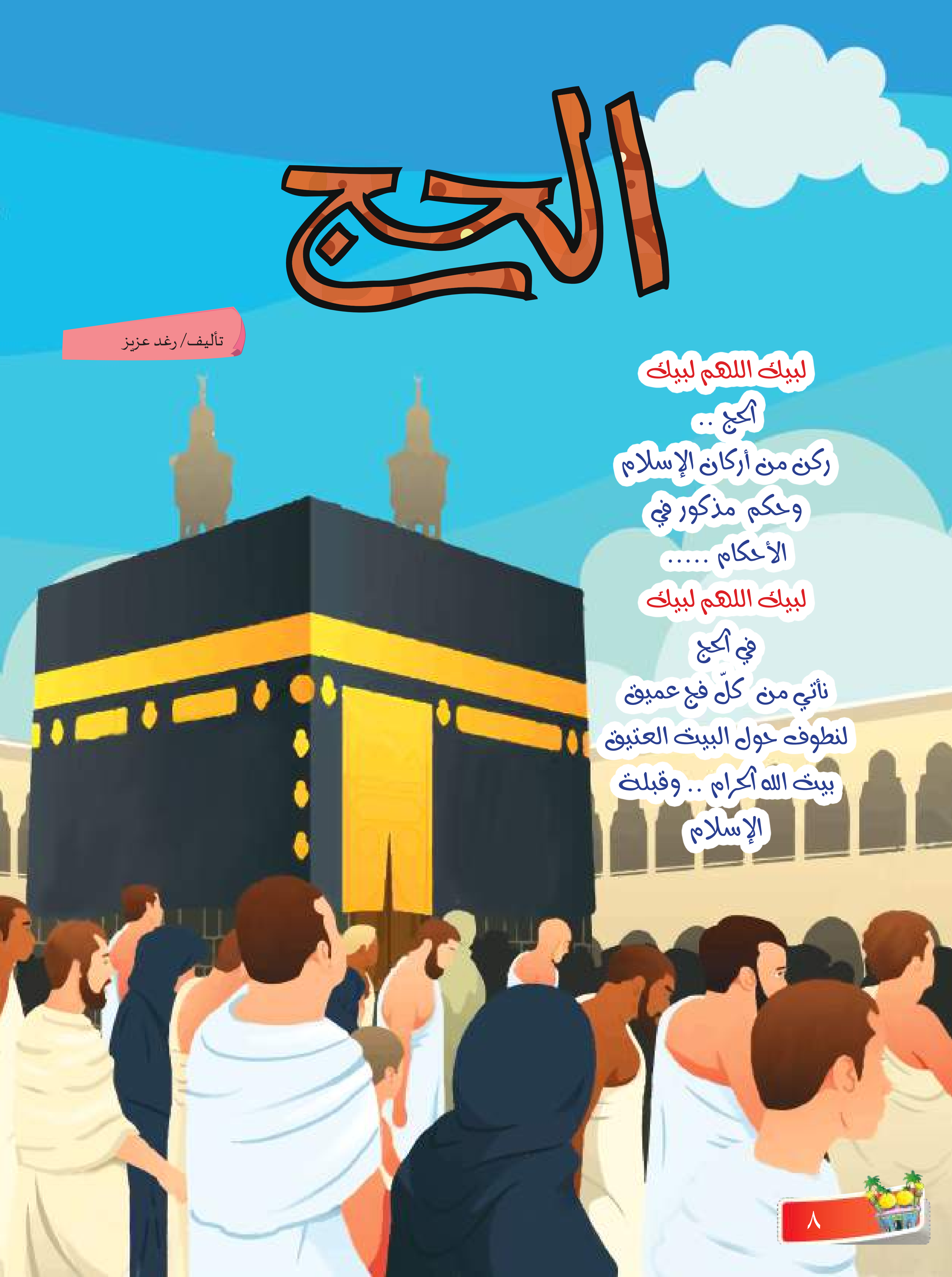
قال: ولكن سيقتل عطشاناً بطف كربلاء حتى ينفر فرسه ويحمحم، ويقول: الظليمة من أمة قتلت ابن بنت نبيّها.


سلسلة أقضاكم علي عليه السلام
الثور القاتل
لقد قتل ثورك حماري وأريد ثمنه منك
لن أعطيك شيئاً، إنهما حيوانان اقتتلا فيما بينهما
اذهبا إلى رسول الله صلى الله عليه وآله واحتكما عنده
يا رسول الله إن ثور هذا الرجل قتل حماري، فما حكمه؟
يا أبا بكر، اقض بينهما
يا رسول الله، بهيمة قتلت بهيمة، ما على البهائم شيء
وماذا تقول يا عمر في هذه القضية؟
أنا على رأي أبي بكر، فلا دية على البهائم

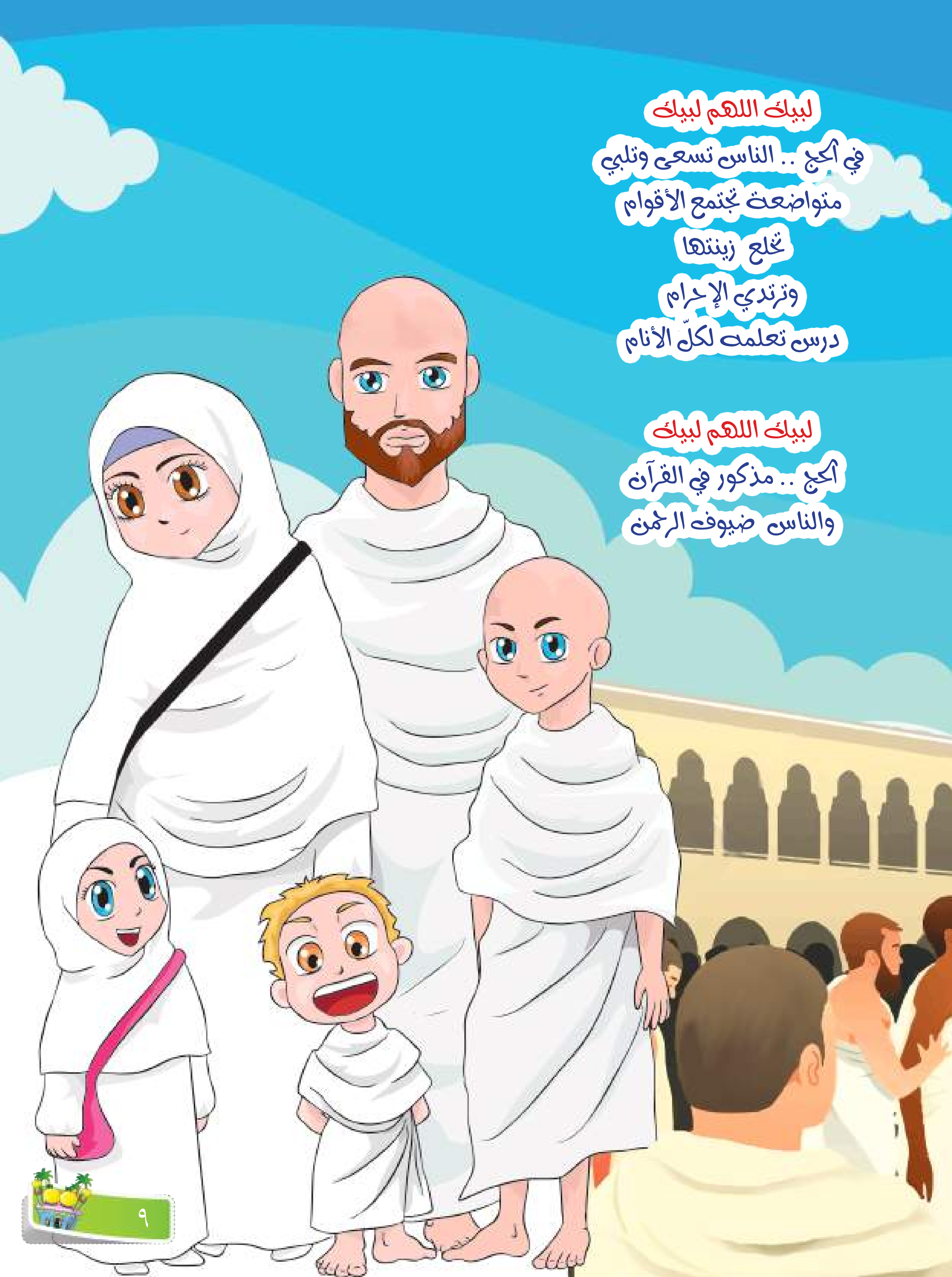

يا علي، اقض بينهم
نعم يا رسول الله، إن كان الثور دخل على الحمار في مستراحه، دفع صاحب الثور ثمن الحمار، وإن كان الحمار دخل على الثور في مستراحه فلا يدفع شيئاً
الحمد لله الذي جعل مني من يقضي بقضاء النبيين

الحج

تأليف/ رغد عزيز



لبيك اللهم لبيك
الحج ..
ركن من أركان الإسلام
وحكم مذكور في
الأحكام .....
لبيك اللهم لبيك
في الحج
نأتي من كلّ فج عميق
لنطوف حول البيت العتيق
بيت الله الحرام .. وقبلة
الإسلام


لبيك اللهم لبيك
في الحج .. الناس تسعى وتلبي
متواضعة تجتمع الأقوام
تخلع زينتها
وترتدي الإحرام
درس تعلمه لكلّ الأنام
لبيك اللهم لبيك
الحج .. مذكور في القرآن
والناس ضيوف الرحمن


حكاية كف
يا أولاد هذا مقام يد العباس عليه السلام التي قُطعت وسقطت هنا في يوم عاشور، وتقطّع قلب السيدة زينب عليها السلام حزناً لعلاقتها الوثيقة بصاحبها ولمواقفه العظيمة معها التي لا تُنسى..
تأليف/ زينب حسين
فمنذ ولادة العباس عليه السلام حملته وأحبته وأخذت تضمّه وتقبّل يداه
وقامت على رعايته في طفولته حتى أحبّها وكان يعانقها بيديه الصغيرتين
وفي لحظات احتضار أمير المؤمنين عليه السلام طلب من العباس عليه السلام أن يضع يده على يدها ويتكفّل بها بعد استشهاده



وفي أثناء مسير قافلة الإمام الحسين (عليه السلام) إلى كربلاء كان العباس (عليه السلام) يسند أخته العقيلة بيده لكي تصعد في محملها ويساعدها في النزول منه

وبيده الشريفة كان يسقيها الماء وسط صحراء كربلاء بعد ما أضناها العطش هي وبقية النساء والأطفال

فكان أشدّ وأصعب موقف على قلب مولاتنا زينب (عليها السلام) عندما رأت جسد أخيها العباس بلا رأس ومن دون تلك اليدين الحنونتين التي عاشت معها قصة عشق خالدة

لهذا أريدكما أن تتعلما من السيدة زينب وأخيها أبي الفضل العباس (عليهما السلام) معاني الأخوة والمحبة والوفاء.


حيوانات دخلت التاريخ
الأسد
هرقل

هرقل

هو الأسد الببري الأشهر حالياً وهو موجود في مدينة ميامي بولاية فلوريدا الأمريكية يبلغ وزنه (٤١١) كيلوغرامًا أي ضِعْفَي وزن الأسد العادي..

وقد ظهر على العديد من برامج التلفاز والمجلات في الولايات المتحدة، ودخل كتاب غينيس (Guinness) للأرقام القياسية باسم القط الأكبر في العالم بلا منازع حتى الآن، هو حيوان هجين من ذكر أسد وأنثى ببر أي نمر، والناتج هو كائن شبيه بالأسد مع الخطوط المميزة على جلد الببر، يتميز بأنه أكبر حجماً من كلا الحيوانين اللذين هُجّن منهما، حتى أنه يُعد أكبر حيوان من فصيلة السنوريات في العالم.. يصل طوله إلى (٣,٣٠) متر وهو أكبر من أبويه ووزنه يتراوح مـــن (٣٥٠ إلى ٤١٠)كغ.

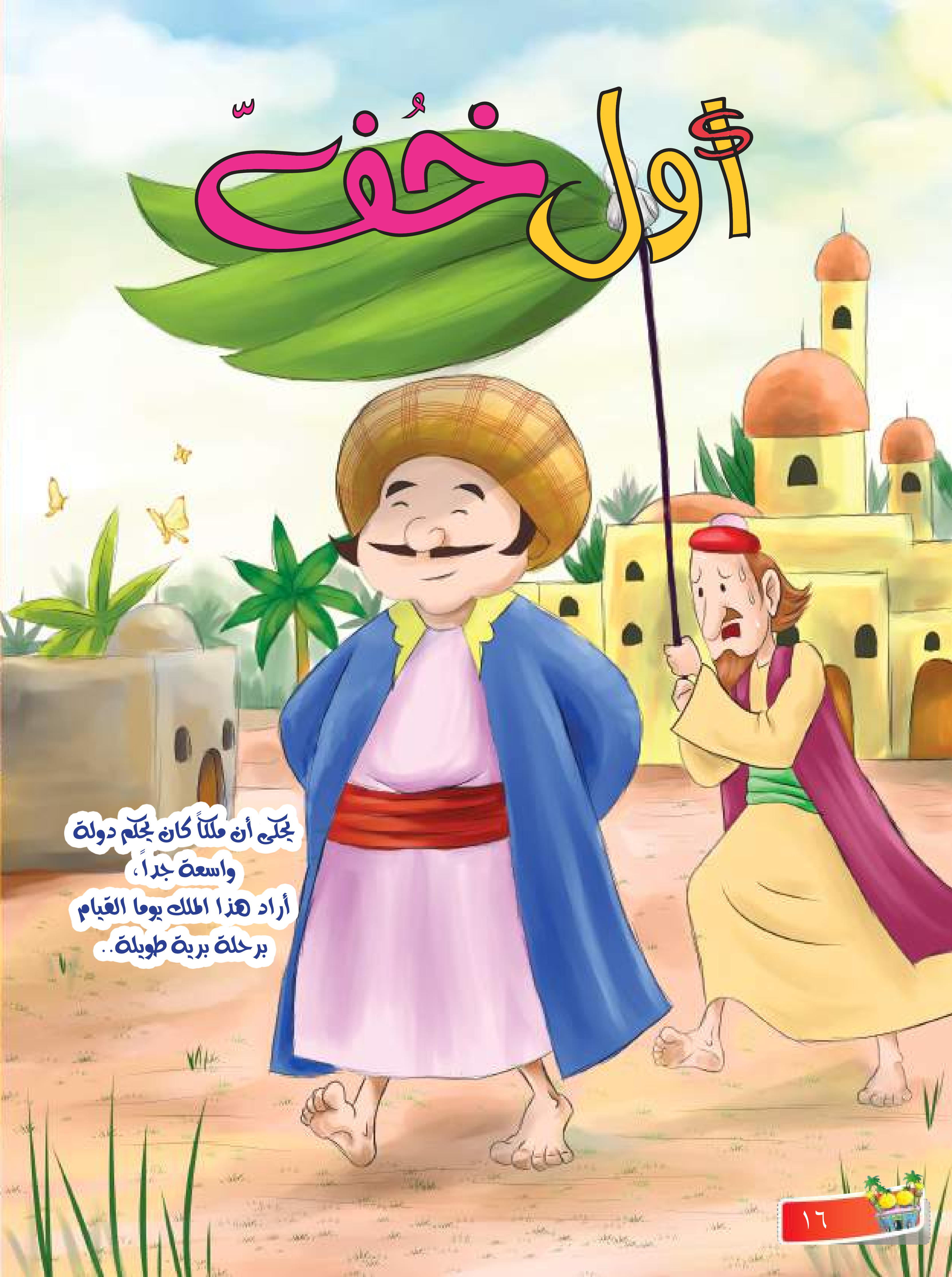
وهو أكبر من النمور السيبيرية على الرغم أنها قد تصل إلى (٣٠٠) كغ ولكنها تبقى مختلفة عن الأسد الببري..

وقد يتشابه الأسد الببري مع أسد الكهوف الامريكي المنقرض.


جون
صاحب جون: أراك يا جون ستسافر مع الإمام الحسين عليه السلام إلى العراق.
جون: لما مات مولاي أبو ذر، قررت خدمة الإمام علي والحسنين عليهم السلام وعدم مفارقتهم أبداً.
جون: الويل لهؤلاء القوم لقد منعوا الماء عن إمام زمانهم الحسين عليه السلام ومن معه وعزموا على قتله.
أحد أصحاب الحسين عليه السلام: لقد سمح الإمام الحسين عليه السلام بالانصراف لمن لا يريد القتال.
آخر: لِمَ لا ترجع يا جون وأنت رجل كبير في السن ولا تقوى على القتال؟



الإمام الحسين عليه السلام: اللهم بيّض وجهه، وطيّب ريحه، واحشره مع الأبرار، وعرّف بينه وبين محمد وآل محمد.


أوّل خُفّ
يحكى أن ملكاً كان يحكم دولة
واسعة جداً،
أراد هذا الملك يوماً القيام
برحلة برية طويلة..


وخلال عودته
وجد أن أقدامه تورمت بسبب المشي في
الطرق الوعرة
فأصدر مرسوماً يقضي
بتغطية كل شوارع مدينته بالجلد
ولكن أحد مستشاريه أشار عليه برأي أفضل
وهو عمل قطعة جلد صغيرة تحت قدمي
الملك.. فكانت هذه بداية صناعة الخف.
العبرة
من القصة
إذا أردت أن تعيش سعيدا في العالم فلا تحاول
تغيير كل العالم
بل اعمل التغيير في نفسك ومن ثم حاول تغيير
العالم بأسره





أهلا بكم أصدقائي براعم الجوادين إليكم اليوم تجربة جديدة من تجاربنا الفيزيائية، وهذه المرة سأجعلكم تكتشفون سِراً من أسرار فاكهة البرتقال، والآن لنحضر التجربة سوياً:



أدوات التجربة:

برتقالتان.

وعاء شفاف مملوء بالماء.



خطوات العمل:

- نقشر إحدى البرتقالتين، ونترك الأخرى دون تقشير.
- نضع كلا البرتقالتين في الماء.



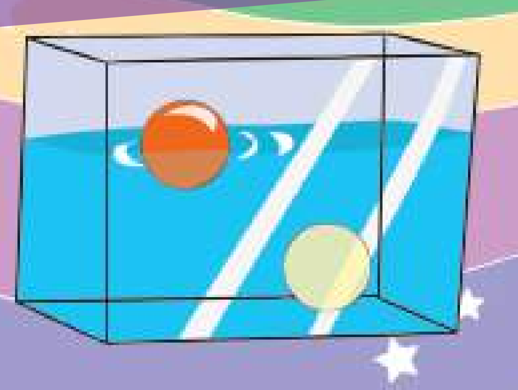
والآن ماذا نلاحظ؟

سنلاحظ أن البرتقالة المقشرة تنغمر في الماء حتى تستقر في قاع الوعاء، بينما تطفو الأخرى فوق الماء.



التفسير العلمي:

أنظر لقشر البرتقالة ستجد فيها أشبه بالثقوب الناعمة منتشرة على القشر كله، هذه الثقوب تدعى المسامات وهي التي تساعد ثمرة البرتقال على الطفو فوق الماء.

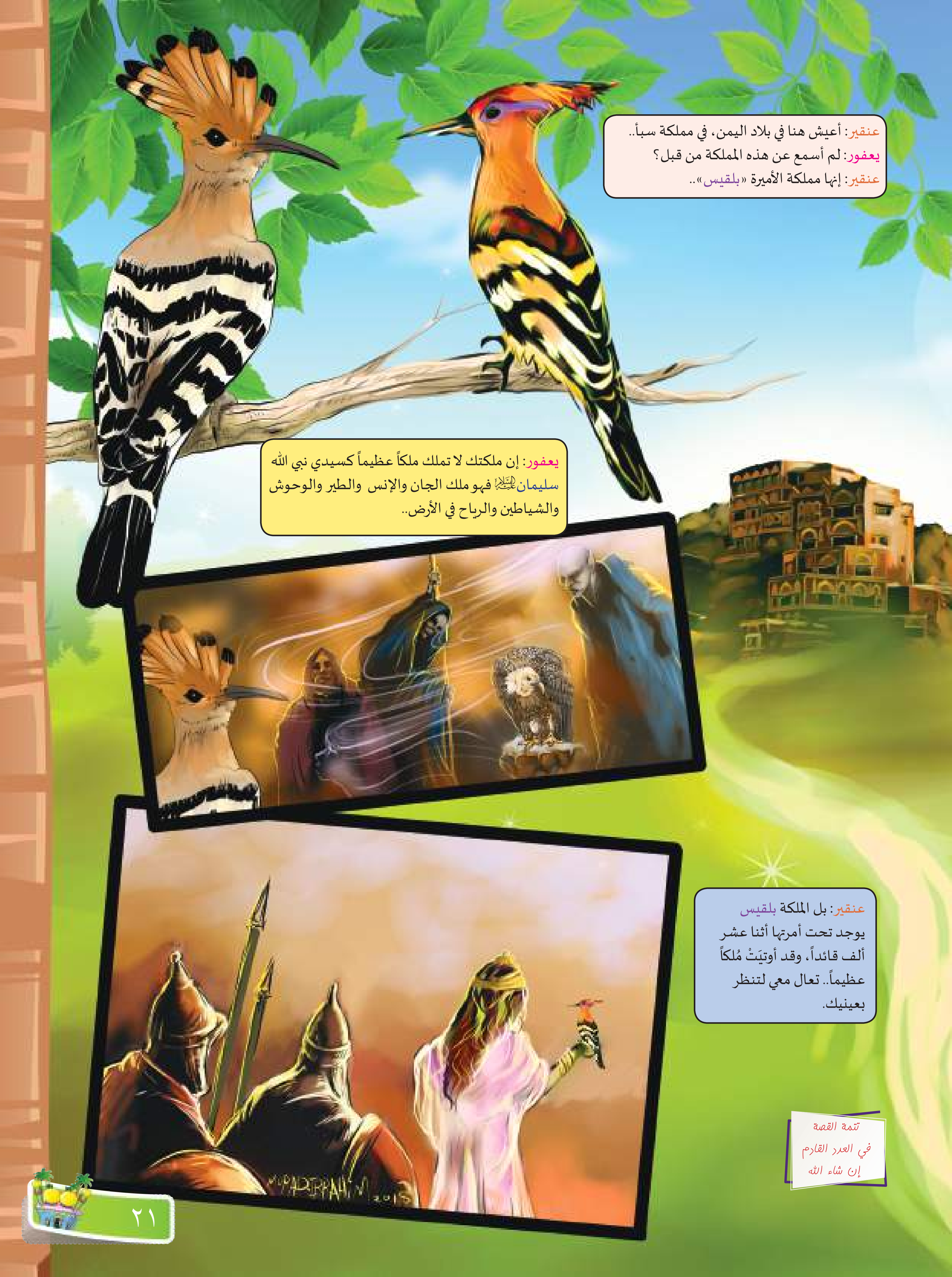




قرأت قول النبي صلى الله عليه وآله في يوم الثامن عشر من شهر ذي الحجة: «من كنت مولاه فهذا عليّ مولاه » اللهم والِ من والاه وعادِ من عاداه وانصر من نصره واخذل من خذله)، وتعلّمت أن الله تعالى قد اختار الإمام علي عليه السلام وليه وخليفة نبيه صلى الله عليه وآله وأميراً للمؤمنين، وقد بلّغ النبي صلى الله عليه وآله المسلمين بذلك في يوم الغدير، مبيناً لهم أن العداء للإمام عليه السلام والخذلان إنما هو لله ورسوله وكذلك موالاته ونصرته إنما هي موالاة الله ورسوله ونصرتهما، واعلموا أيها الأصدقاء أن الموالاة والنصرة تتحقّق بالالتزام بأحكام الدين الإسلامي وتعاليمه وأولها الصلاة لأنها عمود الدين.



الهدهد الذكي
الحلقة «١»
رسوم وتلوين/ مراد إبراهيم
تأليف/ ميادة قهرمان
بعد أن فرغ نبي الله سليمان ﵇ من بناء بيت المقدس، توجه نحو مكة ومن ثم ذهب إلى أرض اليمن وبرفقة جموع من الطيور والعوام ومخلوقات ومن بينهم الهدهد يعفور الذي كان يدلهم على أماكن المياه..
يعفور: ما أجمل هذا البستان، لكني أشعر بدوران سوف أسقط على الأرض!!
الهدهد عنقير: ما بالك أيها الهدهد هل أصبت بأذى؟ ومن أي بلد أنت؟
يعفور: أتيت من الشام مع نبي الله سليمان﵇، وأنتَ من اي البلاد؟


عنقير: أعيش هنا في بلاد اليمن، في مملكة سبأ..
يعفور: لم أسمع عن هذه المملكة من قبل؟
عنقير: إنها مملكة الأميرة «بلقيس»..
يعفور: إن ملكتك لا تملك ملكاً عظيماً كسيدي نبي الله سليمان عليه السلام فهو ملك الجان والإنس والطير والوحوش والشياطين والرياح في الأرض..
عنقير: بل الملكة بلقيس يوجد تحت أمرتها أثنا عشر ألف قائداً، وقد أوتيَتْ مُلكاً عظيماً.. تعال معي لتنظر بعينيك.
تتمة القصة في العدد القادم إن شاء الله



الثقة العمياء

ضَلَّ الْحِمَارُ الضَّرِيرُ طَرِيقَهُ، بَعْدَ غُرُوبِ الشَّمْسِ، وَتَاهَ فِي مَسَالِكِ الْغَابَةِ الْكَثِيفَةِ الْوَاسِعَةِ، فَظَلَّ يَتَسَكَّعُ بَيْنَ الْأَشْجَارِ، إِلَى أَنْ وَقَفَ حَائِرًا لَا يَدْرِي أَفِي سَلَامَتِهِ أَنْ يَتَحَرَّكَ يَمْنَةً أَمْ يَسْرَةً؟

وَأَدْرَكَتْهُ عِنْدَئِذٍ بُومَةٌ كَانَتْ تَحُومُ بَيْنَ الْأَشْجَارِ، وَعَرَضَتْ عَلَيْهِ اسْتِعْدَادَهَا لِإِرْشَادِهِ حَتَّى يَخْرُجَ مِنَ الْغَابَةِ بِسَلَامٍ، وَكُلُّنَا نَعْرِفُ أَنَّ الْبُومَةَ تَسْتَطِيعُ أَنْ تُبْصِرَ فِي أَحْلَكِ ظَلَامٍ، فَلَا يَخْفَى عَلَيْهَا كُلُّ مَا يُمْكِنُ أَنْ يَتَعَثَّرَ أَوْ يَتَرَدَّى فِيهِ الْحِمَارُ مِنَ الْحُفَرِ أَوِ الْحَفَائِرِ، وَالْبِرَكِ وَالْمُسْتَنْقَعَاتِ، وَقَبِلَ الْحِمَارُ عَرْضَهَا، فَقَعَدَتْ عَلَى ظَهْرِهِ وَقَادَتْهُ فِي مَسَالِكِ الْغَابَةِ الْوَعْرَةِ إِلَى أَنْ خَرَجَتْ بِهِ سَالِمًا إِلَى الطريقُ العام عِنْدَ بُلُوجِ الصَّبَاحِ..



وَاسْتَصْعَبَ الْحِمَارُ أَنْ يُفَارِقَ مِثْلَ هَذَا الْقَائِدِ الطَّيِّبِ، فَتَوَسَّلَ إِلَى الْبُومَةِ؛ كَيْ لَاتُفَارِقَهُ، فَتَقُودَهُ إِلَى أَنْ يَهْتَدِيَ إِلَى مَثْوَاهُ،فَقَبِلت الْبُومَة..

حَتَّى إِذَا مَا ارْتَفَعَتِ الشَّمْسُ، وَاشْتَدَّ ضِيَاؤُهَا، فَقَدَتِ الْبُومَةُ كُلَّ قُدْرَةٍ عَلَى الْإِبْصَارِ، وَأَضْحَتْ عَمْيَاءَ كَالْحِمَارِ الَّذِي تَقُودُهُ، وَلَكِنَّ حُبَّ الْعَظَمَةِ مَنَعَهَا مِنَ التَّنَحِّي عَنْ مَرْكَزِ الْقِيَادَةِ الَّذِي وَصَلَتْ إِلَيْهِ فِي ظَلَامِ اللَّيْلِ، وَصَارَتْ لَا تَصْلُحُ لَهُ فِي النَّهَارِ، وَلِكَيْ تَجْعَلَ الْحِمَارَلَا يَشْعُرُبِمَا آلَتْ إِلَيْهِ، قَالَتْ لَهُ: حَذَارِ مِنْ أَنْ تَنْحَرِفَ إِلَى الْيَسَارِ؛

لِأَنِّي أَرَى هُنَاكَ بِرْكَةَ مَاءٍ ... فَمَالَ الْحِمَارُ إِلَى الْيَمِينِ، وَسَقَطَ فِي هَاوِيَةٍ كَانَتْ بَادِيَةً لِلْعِيَانِ، فَهَلَكَ وَهَلَكتْ.

فكّر أكثر

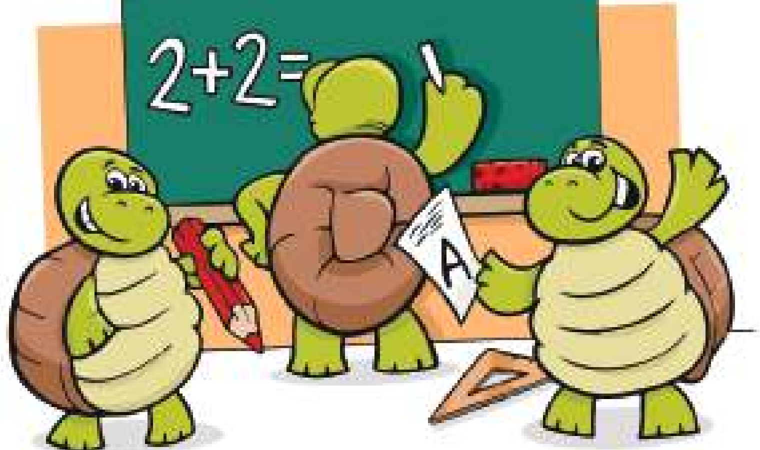
ضع علامة (✓) على الظل الصحيح لهذه الرسمة

ضع علامة (◯) على الرسم الذي لم يتكرر في المجموعة





أصدقائي..
هناك ستة
فروقات
في هاتين
الرسمتين
عليك إيجادها
بأسرع وقت
ممكن لتثبت
أنك سريع
الملاحظة





هذا الحلزون المسكين
خرج من بيته وضلَّ
الطريق.. ساعده عن
طريق رسم مسار
عودته للمنزل







البطريق الوفي

تأليف/ حيدر صباح

دب قطبي يبحث قرب البحيرة عن طعام، شاهد بطريقاً صغيراً مجروحاً لا يقوى على الحركة،

قال الدب: أنت وجبـتي فأنا أحب لحم البطريق.

صاح البطريق الصغير: ماما ماما..

سمعت الأم نداء ولدها فأسرعت وقالت للدب: أرجوك لا تأكله أرجوك.

قال الدب: ولكنني جائع.

الأم: انه ولدي الوحيد وهو جريح ويحتاج إلى العناية.

رق قلب الدب وقال: إذن كيف سأحصل على الطعام ؟


الأم: سأجلب لك سمكا لذيذاً بعد أن
آخذ ولدي إلى البيت؟
قال الدب حسنا، سأنتظر هنا حتى
تأتين..
ذهبت الأم مع ولدها إلى البيت،
فتأخرت والدب ما زال ينتظر حتى
جاء وقت الظهيرة..
فقال الدب: لماذا سمحت لها بالذهاب، كان يجب
أن أبقي ولدها معي حتى تأتيني بالطعام، لقد
خدعتني وهربت..
بينما هو كذلك وإذا بالأم تحمل دلواً فيه سمك
وقالت: هذا ما وعدتُك به..
تعجب الدب وقال: كان بإمكانك عدم المجيء!
الأم: ولكنني وعدتُكَ، ويجب أن أوفي بوعدي..
الدب: كم هو جميل الوفاء بالوعد، سمكة
واحدة تكفيني، ارجعي بالطعام فأنتِ وولدكِ
بحاجةٍ إليه.
قالت: شكراً، فإنكِ دب طيب.
الدب: شكراً لكِ رافقتكِ السلامة.

ريحانة





أصدقائي البراعم كما تعلمون إن العظام والغضاريف هما اللذان يكوّنان شكل الجسم ويحميان بعض أجزائه ويساعدانه على الحركة، فلنسألهما عن الفرق بينهما؟



أنا العظام:
من الأجهزة الصلبة في الهيكل الفقاري، أتكون من أنسجة ضامة كثيفة للغاية، وأهم عنصر متواجد فيّ هو الكالسيوم ومعادن أخرى، لهذا أنا أقوى صلابة من الغضاريف وأقل مرونة منها وأنمو بشكل أسرع، أحمي بعض الأعضاء الهامة في الجسم مثل القلب والدماغ وغيرها، وأعمل مع الغضاريف في حركة الجسم ككل. ومن وظائفي الأساسية هي تكوين الخلايا الحمراء والبيضاء، ومن أنواعي العظام الطويلة والقصيرة والمسطحة وغير النظامية.





أنا الغضاريف: أنا نوع من الأنسجة الضامة القوية ومن الهياكل المرنة المركبة من خلايا غضروفية وألياف الكولاجين، لا أحتوي على أوعية دموية ولمفية وأعصاب وأنمو بواسطة عملية الانتشار لهذا يكون نموي بطيئاً حيث أتوقف عن النمو في سن العشرين، أعمل على تسهيل حركة العظام والمفاصل وأحدّ من الاحتكاك بسبب مرونتي، وأعطي شكلاً لجسم الإنسان، أتواجد في عدة أماكن في الجسم مثل: الأنف والأذن وبين الفقرات وفي بعض أجهزة الجسم، ومن أنواعي الغضروف الليفي والزجاجي والمرن.

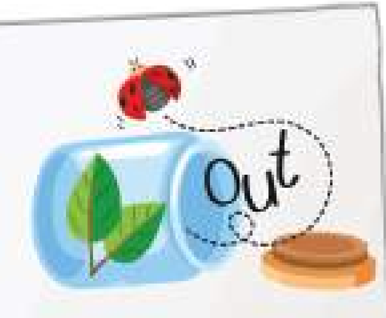








داخل





خارج



NEW

جديد



OLD

قديم



EMPTY

فارغ





ممتلىء




الدرج العجيب
الجزء الثاني
رسوم/ جلال علي
الذاكرة البشرية تـخـزّن الأحـداث من الوهلة الأولى، وتقوم باستعادتها بعد لحظات، كما يمكن تخزينها لمدد طويلة.. بعكس ذاكرة الحيوانات..
وبالمناسبة.. أقوى الحيوانات ذاكرةً هو الجمل
الحيوان يمكنه تذكّر حدث معين.. فقط بعد تمرينه وتدريبه عليه مراراً وتكراراً مثل حيوانات السيرك وهناك الذاكرة الوراثية للنباتات والتي تجعل شجرة العنب مثلاً تطرح في كل موسم ثماراً حلوة المذاق
الذاكرة البشرية ثلاثة أجزاء: أولها ذاكرة الحواس وهيَ خاصة بالمعلومات المباشرة الواردة عن طريق الحواس الخمس: البصر، السمع، الشم، الذوق، اللمس..
حيث تحفظها الذاكرة لمدة عابرة لا تتجاوز ثانية ونصف، كأن تشمّ زهرةً..



تليها الذاكرة قصيرة الأجل والتي تحفظ الحدث لمدد أطول ما بين ٣٠ ثانية وحتى دقائق معدودة، مثلاً: حل مسألة حسابية أو حفظ رقم هاتف..
أما الذاكرة طويلة الأجل فهي المخزن الذي يحتفظ لسنوات طويلة بمعظم الأحداث التي تمرّ خلال حياة الإنسان ومنها تَذكّر الاسم والعمر والنشأة والتعلم
تؤكد الأبحاث العلمية أن الجزء الأيسر من المخ يتذكّر الأفكار والكلمات والأرقام، بينما يتذكر الجزء الأيمن الصور والأصوات والروائح..
اتصال..
يا لها من مخزن ضخم كمخزن أخشابي
بل تفوقه، لأن للذاكرة قدرة ضخمة على استيعاب مليارات المعلومات قدّرها العلماء بالرقم واحد وإلى يمينه (٧٩) صفراً
ومع أنه يستحيل على الإنسان استرجاع كلّ هذا العدد الهائل من المعلومات فإن ما يستطيع استرجاعه يكفي لملء (٩٠) مليون مجلد
ولو تم رصّ هذه المجلدات لشكّلت طريقا يزيد طوله على (٤٥٠) كيلومتر
ولكن ما سبب تدهور الذاكرة والإصابة ،النسيان؟!
أسباب كثيرة منها الشيخوخة والجلوس أمام التلفاز لمدد طويلة
وكذلك الألعاب الألكترونية وإدمان الهواتف الذكية كلّها ذات أثر ضار على الذاكرة



أما الغذاء المتوازن والتمارين الرياضية
وقراءة الكتب كلّها ممارسات تقوّي الذاكرة
وماذا يفعل من لا يستطيع
قراءة الكتب؟!!
يحفظ آيات من كتاب الله
ولو بالاستماع فهي أفضل تمرين
لتقوية الذاكرة
شكراً على المعلومات.. ضربة واحدة
بمطرقتي والدرج العجيب يكون جاهز
أي مطرقة؟!
أنت تقبض على
شوكة الطعام
أأأووو.. عفواً.. تذكّرت إنه
موعد غدائي مع العائلة
أراكما غداً بإذنه تعالى مع
وعدٍ بإصلاح الدرج العجيب
نحن واثقان ومن
دون وعد


الشجرة المهجورة
قالت الشجرة للعصافير غاضبة : لا أحب
أن تقفوا على أغصاني ، فقالوا لكن منازلنا
هنا ؟!
فرمت بيوت العصافير وقالت لا أريد صداقتكم ،
وهنا قالت ملكة النمل : لنهجم على هذه
الشجره المهجورة ،
فثمارها لذيذة ،
وهيَ مكان آمن
ليس فيه طيور
تهدد حياتنا ..
هنا أيقنت الشجرة بعدما هجرتها الطيور وتشوه
شكلها
أن من ساء
خلقه عذّب
نفسه



ترجمة/ رياض عبد الغني

الباذنجان

المعادن

- المنغنيز
- البوتاسيوم
- النحاس
- المغنيسيوم

الفيتامينات

- C
- K
- B_9
- B_6

المواد الغذائية

- ألياف الحمية الغذائية
- الكربوهيدرات
- السعرات
- البروتين

- يسهّل الهضم
- يساعد في تقليل الوزن
- يمنع الإصابة بالسرطان
- يحسّن من صحة العظام
- مفيد في علاج فقر الدم
- يحسّن من صحة الدماغ
- يحمي من أمراض القلب







حرف الزاي

في الريف هناك زرافة، تزرع حبات القمحِ،
ويساعدها سِرب إوز
التعاون بين الأصدقاء شيء جميل ويحبه
الجميع

حرف السين

سمك يلعب وسط الماء، ويقول أُدعى
السلمون، وصديقي طير النورس
السلمون: سمك يقطع مسافات كبيرة ليضع
بيوضه في الماء العذب



حرف الشين

شاهين في الجو يطير، يشاهد سنجاب
أصفر، يختبئ ما بين القش
الشاهين: نوع من أنواع الصقور ونظره حاد
جداً



كان يا ما كان في قديم الزمان... تاجرٌ خسر في تجارة له.. فاستدان ألف دينار من ثلاثة تجار ماكرين.. وعندما لم يتمكن من تسديد دينه، ضايقه أولئك واشترطوا عليه شروطًا بدلًا عن دَيْنهم..

فقال الأول عليك بإعطائي قماشًا بقدر ارتفاع السماء عن الأرض

واشترط الآخر عليه أن يشرب مياه البحار

واشترط الشخص الثالث قطع خمسين غرامًا من لحم ساق قدمه


فاضطرب التاجر وخاف، فذهب إلى الحاكم يشكو حاله، فأحاله الحاكم إلى تلك الفتاة الذكية.. فأخذت الخصوم إلى القاضي لتحل المعضلة هذه.. فحكى كلّ منهم شروطه، ثم بدأت الفتاة بالحديث...
نعلم جيدًا أنَّ البحار متصلة بالأطالس والأنهار، فعليك أن تضع سدودًا عليها ليتمكن هذا الرجل من شرب مياه البحار فقط... فبُهت وانسحب
نفترض أن ارتفاع السماء عن الأرض عشرين مترًا، وإلا عليك قياس هذه المسافة أولًا وهذا أمر غير ممكن...
عليك بقطع خمسين غرامًا من لحم قدمه بدقة متناهية، لا أكثر ولا أقل
بُهت الجميع ويئسوا لأنهم لم يتمكنوا من الإجابة على مقترحات الفتاة ومن دون أن يتمكنوا من قبض دنانيرهم الألف حتى...


مغامرات
جودي
أين اختفى عود الثقاب، كيف سأشعل الموقد إذن؟
ما هذه البقع البيضاء؟ وكأنها بقايا شمع
من أين أتت هذه الثقوب في الشراشف؟
يا إلهي، من الذي أضرم هذه النار في وسط الشارع؟


ما الذي أصابك يا جودي؟ اعترف وقل الحقيقة
حسناً سأخبركِ بكل شيء يا أمي
أشعلت الشموع بأعواد الثقاب لكي أتسلى
ثم لعبت بالألعاب النارية ذات الشرارة لأن الشموع قد ذابت
وقمت بأشعال كمية من الخشب لأتسلى بها مع أصدقائي
وبالتأكيد إن أصابعك احترقت بالنار، إذن ستعاقب يا جودي على كلّ أفعالك الخاطئة
ألم أقل لكم يا أولاد بأن لا تلعبوا أبداً بالنار

حكيم البراعم

اعتاد الأخوة على اللعب في الحديقة، وفي يوم مشمس ذهب الأبوان للتسوق فاغتنم الصغير الفرصة وأخرج القداحة مقترحاً على الآخرين حرق بعض الأوراق المتساقطة من الشجر، وما أن أبرموا النار في أكوام القش والورق هبت الريح فتطاير شرار النيران وأخذ يحرق الأشجار والبيت لولا أن أحدهم سارع بفتح صنبور الماء والاتصال بالإطفاء، وبين أكوام الورق المحروق ودخانها الأسود وقف حكيم البراعم قائلاً لهم: أيها الأصدقاء أما سمعتم المثل الذي يقول(معظم النار من مستصغر الشرر) أي أن النار الكبيرة سببها شرارة صغيرة وهذا ما فعلتموه أنتم اليوم، ومثل هذا مثل الكثير من الأخطاء التي نرتكبها، ومنها الكذب، فربما نكذب كذبة صغيرة توقعنا في مشاكل كبيرة، لذلك يا أحبابي علينا أن نتجنب الكذب كما علينا أن نتجنب اللعب بالنار فكلاهما خطر علينا.

رياضة كرة الماء

تُعد كرة الماء من الألعاب الرياضية التي يتم ممارستها داخل أحواض السباحة ، وذلك باستخدام كرة مطاطية لقدرتها على الطفو فوق سطح الماء ، ويتنافس عليها فريقان ، وكل فريق يتكون من سبعة من اللاعبين .

لاعبي كرة الماء:

يتكون فريق كرة الماء من حارس مرمى وستة لاعبين أساسيين وستة لاعبي احتياط ، ويتميز اللاعبون بارتدائهم لباساً بحرياً نصفياً ، ويرتدي كل لاعب غطاءً للرأس والأذنين مرقماً ، حيث يرتدي حارس المرمى الرقم ١ بينما باقي أعضاء الفريق يرتدون الأغطية المرقمة من الرقم ٢-١٣ بشكلٍ متسلسل

التحكيم:

مباراة كرة الماء تتكون من اثنين من الحكام ، ويكون بجانبهما مراقب للأهداف، ويكون مع الحكم صفارة قوية يعلن بها بدء المباراة وبدء الشوط

الكرة والملعب:

يقوم اللاعبون في هذه اللعبة باستخدام كرة مطاطيّة مستديرة منفوخة بشكلٍ جيد ، ويكون محيطها من ٦٨ إلى ٧١ سم ، وتتميز بقدرتها على الطفو فوق سطح الماء ، ويبلغ طول الملعب ٣٠ متراً وعرضه ٢٦ متراً وعمق المياه لا يقل عن ١,٨ متراً.

زمن المباراة:

إن مباراة كرة الماء تتكون من أربعة أشواط ، ومدة كل شوط تكون سبع دقائق فقط ، كما يتبادل الفريقان أماكنهم قبل بداية كل شوط، وتوجد فترة استراحة بين كل شوط وآخر مدتها دقيقتين.





الدعسوقة
زيونة
ماذا حدث لكم، وأين بقية الحشرات؟
أثناء غيابكِ قطعوا الأشجار ورشوا المبيدات الحشرية مما أدى إلى موت البعض وإصابة البعض الآخر بكسور نتيجة محاولة الفرار
لابد أن أجد ملك الغابة المحمية لكي يسمح لنا بالعيش معهم
يا ذئب أين أجد ملك الغابة؟
سأستغل هذه الدعسوقة الغبية في التخلص من الأسد
« وبعد أن قطعا سوية مسافة قصيرة استطاع الذئب أن يعرف القصة منها »
أنصحكِ بأن تأخذي الأسد إلى غابتكم ليتأكد بنفسه، ورافقيه في هذا الطريق لأنه آمن !!
حسناً سأفعل
هلا أتيت معي لكي تطلب من الحشرات أن يأتوا للعيش في غابتك حتى يفرحوا ولا يخجلوا من المجيء !؟
إذا كان الأمر كما تقولين فسآتي معك


لا تقلق سأخرجك من هنا, يبدو أن الذئب خدعني وهو من دبّر لك هذا الفخ
تباً لكِ ما زلت تكذبين عليّ كيف ستخرجينني وأنت مجرد حشرة؟
وقع الأسد في الحفرة فلنخرجه بإدخال أحد جذوع الأشجار المقطوعة
هذه فكرة جيدة سنتعاون على حمل الجذع ونوصله للحفرة
تسلق على هذا الجذع لتخرج من هذه الحفرة
حسناً
هذه فرصتي للانقضاض عليكم ما دام الأسد داخل الحفرة
أيها الذئب المخادع، لقد سئمت من أفعالك سأطردك من الغابة حتماً
سامحيني أيتها الدعسوقة الذكية، لقد علّمتني «أن المرء يُقاس بعمله لا بحجمه»

سوق الصفّارين

الحلقة الأولى

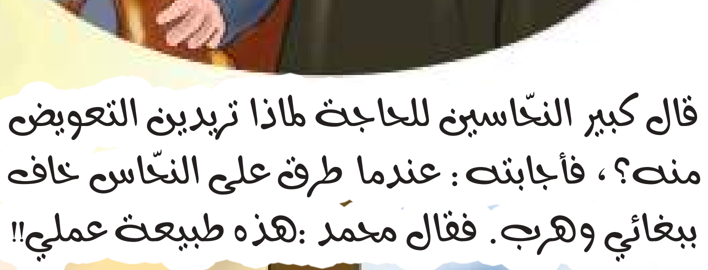
سوق الصفّارين أحد الأسواق البغدادية المشهورة، في صناعة الأواني النحاسية المنقوشة، تقصده الناس من مختلف الأماكن




ومع أول طرقة طرقها محمد النحّاس على
القفص طار الببغاء من يد الحاجة مراتب


بكت الحاجة لساعات، وبعد أن يئست من
عودة الببغاء طلبت من محمد النحاس أن
يعوضها ثمنه


غير أنه امتنع بشدة، والحاجة مصرة على
رأيها، فتدخل كبير النحّاسين بينهما لحل النزاع


قال كبير النحّاسين للحاجة لماذا تريدين التعويض
منه؟، فأجابته: عندما طرق على النحّاس خاف
ببغائي وهرب. فقال محمد :هذه طبيعة عملي!!


ترى هل يتمكنون من حل النزاع وإرضاء الطرفين، سنعرف ذلك
في العدد القادم..انتظرونا

حبيب ولهيب

القُنفُذ / ح٢













سيناريو: جليل خزعل

رسوم وتلوين: ضياء الحجار

لا بأس فللقنفذ فوائد طبية.. ومواد سحرية سأستفاد منه حتماً..

طاق طاق

بوم

النجدة!!! ما هذا؟!!

لا بد أن الرجل الصياد يطلق النارعلى طريدة محاولاً اصطيادها..

بوم طاخ

اللعنة..هذا القنفذ يهرب سريعاً!! سأطارده.. مت مت أيها القنفذ...

ماذا؟! قنفذ مرة أخرى!!؟

اسقط..اسقط أيها القنفذ..

طاق طاق

بوم طاخ

النجدة.. النجدة.. هذا المخبول يحاول اصطيادي

ياه.. إنه فعلاً رجل ضعيف النظرفهو يعتقد إن رأس لهيب قنفذاً وهو يريد اصطياده

وبعد أن نبّه حبيب الرجل إلى خطئه...

ياآه.. أنا آسف فعلاً.. سأراجع طبيب العيون لإبدال نظارتي...

آه.. آه.. كدت أموت .. ظنني قنفذاً

نلت جزاء سخريتك من الناس.. هاهاها...

تمّت


ماذا لَو ؟
الأولاد: كيف حالكِ يا كرتنا الأرضية؟
الكرة الأرضية: بخير والحمد لله.
زهراء: أتذكرين يا كرتنا عندما كان الناس قديماً لا يستخدمون الانترنت ولا وسائل التكنولوجيا الحديثة، ماذا لو ألغيناها جميعها كالسابق؟
الكرة الأرضية: لقد كرّس الناس حياتهم على وجود الانترنت، لأنه سهّل لهم الكثير من أعمالهم، وأغلب الأنظمة العالمية والأجهزة الحديثة مرتبطة به والتي ستتوقف حتماً من دونه.
علي: لكنني سمعت بأن له سلبيات كثيرة وخاصة على الأطفال.
زهراء: وذلك لسوء استخدامهم لتطبيقاته والإفراط في اللعب بالألعاب الالكترونية.
الكرة الأرضية: أحسنتِ يا زهراء.
علي: ماذا لو تنعزلين عن العالم يا زهراء وتبقين وحدك من دون انترنت ولا ألعاب؟
زهراء: لا يهمني الأمر، لأنني لم أدمن عليها كثيراً، فاسأل نفسك هذا السؤال.